

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN PRIBADI SOSIAL
DENGAN TEKNIK DISKUSI TERHADAP PENINGKATAN
PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK KELAS IX B MTS AL KHAIRIYAH
NATAR LAMPUNG SELATAN
TEHUN PELAJARAN 2019/2020**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam
Bidang Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Oleh:

**AYUNDARI
1511080200**

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1440 H /2019 M**

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN PRIBADI-SOSIAL
DENGAN TEKNIK DISKUSI TERHADAP PENINGKATAN
PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK KELAS IX B MTS AL KHAIRIYAH
NATAR LAMPUNG SELATAN
TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

Skripsi

Diajukan untuk melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Mendapat Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam
Bidang Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Oleh

**AYUNDARI
NPM 1511080200**

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

**Pembimbing I : Dr. Safari, S. Ag., M. SOS.I.
Pembimbing II : Dr. Yahya AD., M. Pd**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1440 H / 2019M**

ABSTRAK

Percaya diri adalah suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan sendiri sehingga individu dapat bebas mengembangkan dan melakukan hal-hal yang di sukainya secara mandiri dan bertanggung jawab atas segala perbuatan yang dilakukannya. Percaya diri merupakan hal penting bagi peserta didik dalam mengembangkan potensi diri melalui proses belajar. Berdasarkan hasil observasi dan penyebaran angket percaya diri yang penulis lakukan di Mts Al Khairiyah Natar Lampung Selatan, masih terdapat peserta didik kelas IX yang mengalami kurang percaya diri seperti: sering merasa kurang percaya pada kemampuan yang ada dalam dirinya, merasa takut salah, merasa gugup. Atas dasar hal tersebut peneliti menerapkan layanan bimbingan pribadi-sosial dengan teknik diskusi untuk meningkatkan percaya diri peserta didik. Pada penelitian ini penulis merumuskan masalah yaitu apakah layanan bimbingan pribadi sosial dengan teknik diskusi berpengaruh terhadap peningkatan percaya diri peserta didik kelas IX B di Mts Al Khairiyah Natar Lampung Selatan.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui percaya diri peserta didik dan untuk mengetahui apakah percaya diri dapat di tingkatkan dengan layanan bimbingan pribadi-sosial dengan teknik diskusi pada peserta didik kelas IX Mts Al Khairiyah Natar Lampung Selatan. Metode yang di gunakan dalam penelitian ini adalah pre eksperimental design one group pre test dan post test. Sampel yang di gunakan dalam penelitian ini adalah 17 peserta didik kelas IX Mts Al Kahiriyah Natar Lampung Selatan tahun pelajaran 2019/2020 yang memiliki kurang percaya diri.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi, angket, wawancara dan dokumentasi.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat peningkatan percaya diri peserta didik disekolah sebelum diberikan layanan adalah 35,4. Hasil dari penelitian ini menggunakan analisis data dengan menggunakan *uji wilcoxon* menunjukkan peningkatan percaya diri sebesar 69,1. Dari hasil *uji wilcoxon*, maka nilai Z yang didapat sebesar -3.630 dengan p value (Asymp. Sig 2 tailed) sebesar 0,000 dimana kurang dari batas kritis penelitian 0,05 sehingga keputusan hipotesis adalah H_a di terima atau terdapat perbedaan yang bermakna antara sebelum dan sesudah diberi layanan bimbingan pribadi-sosial dengan teknik diskusi berpengaruh terhadap peningkatan percaya diri peserta didik kelas IX B Mts Al Khairiyah Natar Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2019/2020.

Kata kunci: Bimbingan Pribadi-Sosial, Teknik Diskusi, Percaya Diri

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :Ayundari
NPM :1511080200
Jurusan/prodi :Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas :Tarbiyah

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Layanan Bimbingan Pribadi-Sosial dengan Teknik Diskusi Terhadap Peningkatan Percaya diri Peserta Didik kelas IX B Mts Al Khairiyah Natar Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2019/2020” adalah benar-benar merupakan hasil karya penyusun sendiri, bukan duplikasi ataupun saduran dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan di sebut dalam *foodnote* atau daftar pustaka. Apabila dilain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penyusun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Bandar lampung, Oktober 2019
Penulis,

Ayundari
1511080200



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp (0721) 703260

PERSETUJUAN

Judul Skripsi

**:PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN PRIBADI SOSIAL
DENGAN TEKNIK DISKUSI TERHADAP PENINGKATAN
PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK KELAS IX B MTS AL
KHAIRIYAH NATAR LAMPUNG SELATAN TAHUN
PELAJARAN 2019/2020**

Nama

: AYUNDARI

NPM

: 1511080200

Program Studi

: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas

: Tarbiyah dan Keguruan

MENYETUJUI

Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosyah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam UIN
RadenIntan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Safari Daud, S.Ag., M. Sos.I

NIP.197508012002121003

Dr. Yahya AD, M.Pd

NIP. 195909201987031003

Mengetahui

Ketua Prodi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Dr. Hj. Rifda Ef Fiah, M.Pd

NIP. 19760622 199403 2 002



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Jl. Let. Kol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. 0721 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul: **PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN PRIBADI SOSIAL DENGAN TEKNIK DISKUSI TERHADAP PENINGKATAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK KELAS IX B MTS AL KHAIRIYAH NATAR LAMPUNG SELATAN TAHUN PELAJARAN 2019/2020**, disusun oleh **Ayundari, NPM 1511080200** Jurusan : **Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**, telah diujikan dalam Sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada Hari/Tanggal: **Senin, 18 November 2019**

TIM MUNAQOSYAH

Ketua : Prof. Dr. H. Syaiful Anwar, M.Pd(.....)

Sekretaris : Mega Aria Monica, M.Pd (.....)

Penguji Utama : Defriyanto, S.I.Q., M.Pd (.....)

Penguji Pendamping I : Dr. Safari Daud, S.Ag., M.Pd (.....)

Penguji Pendamping II : Dr. Yahya AD, M.Pd (.....)

Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd

NIP. 19640828 198803 2 002

MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

Artinya : “ janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.”¹

(QS. Ali Imran: 139)



¹Al-Quran dan Terjemahannya Al-Aliyy penerbit Diponegoro, 2005

PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirohim

Teriring doa dan rasa syukur yang teramat dalam karya sederhana namun penuh perjuangan ini dengan segala kerendahan hati dan terimakasih yang tulus ku persembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tuaku yang tercinta bapak Sunarto dan ibu Wagirah tersayang yang senantiasa selalu mendoakan dan mendukung untuk keberhasilanku.
2. Kakakku Tato Gumantiyo dan adikku Wahyu Agus Tono tersayang yang senantiasa ikut membantu mendukung dan mendoakanku.
3. Almamaterku UIN Raden Intan Lampung

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Ayundari dilahirkan pada tanggal 23 juli 1996 di Sinar Jaya Wates Way Ratai Padang Cermin Pesawaran, penulis merupakan anak kedua dari 3 bersaudara dari pasangan Bapak Sunarto dan Ibu Wagirah. Penulis menempuh pendidikan formal dari jenjang SD Negeri 3 Wates Padang Cermin Pesawaran dan lulus pada tahun 2003, setelah itu penulis melanjutkan pendidikannya di SMP Negeri 1 Kelumbayan Barat Tanggamus dan lulus pada tahun 2012, kemudian penulis melanjutkan pendidikannya di SMA Negeri 1 Kelumbayan Barat Tanggamus dan lulus pada tahun 2015.

Pada tahun 2015 penulis melanjutkan pendidikannya di perguruan tinggi yaitu UIN Raden Intan Lampung pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan dengan program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Pada tahun 2018 penulis mengikuti Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Kaliasin kecamatan Tanjung Bintang kabupaten Lampung Selatan selama 40 hari. Selanjutnya penulis mengikuti Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di SMP Negeri 18 Bandar Lampung.

Bandar Lampung, Oktober 2019

Ayundari
1511080200

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT Tuhan semesta alam atas rahmat dan hidayah-Nya, yang telah memberikan kepada kita kemudahan dalam menuntut ilmu pengetahuan kesehatan untuk menikmati sesi-sesi kehidupan, tak lupa limpahan karunia serta petunjuk sehingga Skripsi dengan judul “Pengaruh layanan bimbingan pribadi-sosial dengan teknik diskusi terhadap peningkatan percaya diri peserta didik kelas IX B Mts Al Khairiyah Natar Lampung Selatan” dapat terselesaikan, mudah-mudahan dapat menambah wawasan serta bekal kita di Dunia maupun di Akhirat. Sahalawat beriring salam tidak lupa kita curahkan kepada jujungan kita Nabi besar Muhamad SAW yang mana semoga kita diakui sebagai umatnya dan semoga kita akan mendapatkan safaatnya diyaumill akhirnanti Aamiin yaroballalamin.

Skripsi ini ditulis sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan studi pada program Strata Satu (SI) Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Universitas Negeri Islam Raden Intan Lampung guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd). Atas bantuan semua pihak dalam proses penyelesaian skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang turut berperan dalam proses penyelesaian skripsi. Untuk itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung beserta jajarannya;

2. Dr. Hj. Rifda Elfiah, M.Pd selaku ketua jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan selama menuntut Ilmu di Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam UIN Raden Intan Lampung. terima kasih atas Ilmunya yang sangat bermanfaat;
3. Rahma Diani M.Pd, selaku sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam yang telah mendidik dan memberikan Ilmu Pengetahuan selama menuntut Ilmu di Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam UIN Raden Intan Lampung. Terima kasih atas Ilmunya yang sangat bermanfaat;
4. Dr. Safari, S. AG., M. SOS . I, selaku Pembimbing I yang telah membimbing dan memberikan arahan dalam penulisan skripsi ini.
5. Dr. Yahya,AD.,M.Pd selaku Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan sehingga terwujud skripsi ini seperti yang diharapkan;
6. Bapak dan Ibu Dosen serta Karyawan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan yang telah mendidik dan memberikan Ilmu Pengetahuan selama menuntut Ilmu di Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Raden Intan Lampung. Terima kasih atas Ilmu yang sangat bermanfaat;
7. Drs. Matin. S.N selaku Kepala madrasah Mts Al Khairiyah Natar Lampung selatan yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian dimadrasah tersebut;
8. Sahabat-sahabat dan rekan-rekan dijurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam angkatan 2015 khususnya kelas C yang selalu saling mendukung dan menguatkan satu sama lain memberikan informasi dan sudah menjadi seperti

keluarga selama ini, telah berjuang bersama dalam proses perkuliahan hingga pada akhir penyusunan skripsi kita masih berproses dan saling mendukung satu sama lain. Semoga kita selalu terjaga silaturahmiya terima kasih atas doa dan bantuan serta motivasi kalian selama ini;

9. Sahabat-sahabat, yang selalu menemani sepanjang perjuangan susah senang bersama Tina Ratnasari, Eva Yunita Putri S.Pd, Binti Muslimah S.Pd, Ari Susanti S.Pd, Desi Riska Yanti S.Pd, Kusuma Retno Sumekar S.E , Liska Akhfa Diana, Atika Marta Andani, Vina Yusepa Diana, Pristya Ningsih, Dwi Atuti S.Pd, Ambar sari S.Pd, dan tidak lupa keluarga baruku KKN 76, semoga persaudaraan ini senantiasa tetap terjaga.

10. Semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi yang tidak dapat disebutkan satu persatu, semoga kita selalu terkait dalam Ukhuwa Islamiyah.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kesempurnaan, akan tetapi diharapkan dapat memberikan manfaat keilmuan yang berarti dalam bidang Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.

Bandar Lampung, Oktober 2019

Penulis

Ayundari

NPM. 1511080200

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
RIWAYAT HIDUP.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Batasan Masalah.....	9
D. Rumusan Masalah	10
E. Tujuan Penelitian	10
F. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II PEMBAHASAN	
A. Bimbingan Pribadi Sosial	11
1. Pengertian Bimbingan Pribadi Sosial	11
2. Tujuan Bimbingan Pribadi Sosial.....	16
3. Fungsi Bimbingan Pribadi Sosial	18
4. Metode dan Teknik Bimbingan Pribadi-Sosial	20
B. Diskusi Kelompok.....	22
1. Pengertian Diskusi Kelompok.....	22
2. Tujuan Diskusi	24
3. Jenis-jenis Diskusi	26
4. Langkah-langkah	28
C. Percaya Diri	28
1. Pengertian Percaya Diri	28
2. Ciri-ciri Individu yang Mempunyai Percaya Diri.....	31
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Percaya Diri	34
4. Aspek –aspek Kepercayaan Diri.....	36
5. Jenis –jenis Kepercayaan Diri	37
6. Manfat Percaya Diri dan Dampak Negatif Percaya Diri	38
D. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	40
E. Kerangka Berfikir.....	42
F. Hipotesis Penelitian.....	43

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian.....	45
B. Lokasi, Populasi, dan Sampel Penelitian.....	47
1. Lokasi Penelitian	47
2. Populasi.....	47
3. Sampel	58
4. Teknik <i>Sampling</i>	58
C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel	49
D. Teknik Pengumpulan Data	51
E. Pengembangan Instrumen Penelitian	53
F. Analisis Data.....	57

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PERSEMBAHAN

A. Hasil Penelitian	59
1. Data hasil <i>Pre-Test</i>	60
2. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Pribadi-Sosial dengan Teknik Diskusi Terhadap Peningkatan Percaya Diri Peserta Didik Kelas IX B Mts Al Khairiyah Natar Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2019/2020.....	61
3. Hasil Data <i>Post-Test</i>	73
B. Metode Analisis Data	74
C. Pembahasan.....	78

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	83
B. Saran	84

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Jumlah Populasi Penelitian	48
2. Definisi Operasional	40
3. Kisi-Kisi Pengembangan Instrumen Penelitian	43
4. Rencana Pemberian Alternatif Jawaban	54
5. Percaya Diri	55
6. Data Hasil <i>Pre Test</i>	60
7. Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Penelitian	61
8. Data Hasil <i>Post Test</i>	73
9. Hasil Uji Wilcoxon	74
10. Wilcoxon Signed Ranks	76
11. Test Statistik	77
12. One Sample Kolmogorov-Smirnov Test	78



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Kerangka berfikir	43
2. Pola <i>one group pre-test</i> dan <i>post test</i>	46
3. Variabel penelitian	40
4. Gambar <i>Post Test</i> dan <i>Gain Skor</i>	75
5. Kurva H_0 Ditolak dan H_a Diterima	78



DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1	: Kisi-kisi observasi
Lampiran 2	: Pedoman Wawancara Percaya Diri
Lampiran 3	: Uji Validitas dan Realibilitas Instrumen
Lampiran 4	: Surat Keterangan Validasi Angket Alat Pengumpul Data
Lampiran 5	: Lembar Validasi Angket Percaya Diri
Lampiran 6	: Lembar Angket Percaya Diri
Lampiran 7	: RPL (Rencana Pelaksanaan Layanan)
Lampiran 8	: Absen Kehadiran
Lampiran 9	: Dokumentasi
Lampiran 10	: Surat Pengesahan Proposal
Lampiran 11	: Surat keterangan Penelitian
Lampiran 12	: Surat balasan penelitian
Lampiran 13	: Kartu Kendali Bimbingan
Lampiran 14	: Surat cek <i>plagiat checker</i>

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan hal yang penting bagi kehidupan dan diharapkan dapat mewujudkan cita-cita bangsa. Pendidikan bertujuan untuk membantu peserta didik mengenali dan mengembangkan potensi yang ada dalam diri. Peserta didik diharapkan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sehingga dapat meningkatkan kualitas diri yaitu menjadi pribadi yang dewasa, mandiri dan mampu bertanggung-jawab.¹

Pendidikan merupakan salah satu komponen kehidupan yang penting. Dalam pendidikan terdapat proses belajar, dalam proses belajar peserta didik diharapkan dapat memahami semua pelajaran yang sudah diberikan. Dalam proses belajar peserta didik belajar dari pengalamannya, dan kemudian dapat memberikan makna dari pengetahuannya itu dengan mengalaminya sendiri, menemukan sendiri, secara berkelompok. Dalam belajar diperlukan pemusatan perhatian agar apa yang dipelajari dapat dipahami sehingga peserta didik dapat melakukan sesuatu yang sebelumnya tidak dapat dilakukannya, disinilah terjadi

¹Lestari, Rini Larassati, Laily Puji Astuti, “*Peningkatan Percaya Diri Siswa Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Pendekatan Person Centered*”, (2017), h. 238, diakses jumat, 29 maret 2019, pukul :09:30 Wib

suatu perubahan tingkah laku. Perubahan tingkah laku meliputi seluruh pribadi peserta didik baik kognitif psikomotorik maupun afektif.

Seperti Allah berfirman dalam surah Al-Alaq (96) ayat 1-5 :

أَقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ﴿١﴾ خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ ﴿٢﴾ اقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ ﴿٣﴾ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ﴿٤﴾ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ ﴿٥﴾

Artinya :

"Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu Yang menciptakan, Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah. Bacalah, dan Tuhanmulah Yang Maha Pemurah, Yang mengajar [manusia] dengan perantaraan pena, Dia mengajarkan kepada manusia apa yang tidak diketahuinya." (Qs Al-Alaq 1-5).

Berdasarkan Qs Al-Alaq 1-5 dijelaskan bahwasanya surah yang pertama kali di turunkan perintahnya adalah membaca atau belajar supaya menjadi manusia yang cerdas. Pendidikan mempunyai peranan penting dalam membimbing, mendidik, melatih dan mengajar peserta didik menuju manusia seutuhnya. Tujuan inti dari pendidikan adalah perkembangan kepribadian secara optimal dari setiap peserta didik sebagai pribadi yang mandiri dan mampu menjalankan tugas-tugasnya agar mendapatkan hasil yang baik.

Suatu lembaga pendidikan bimbingan dan konseling merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari proses pendidikan secara keseluruhannya, karena adanya upaya yang memungkinkan peserta didik mengenal dan menerima diri sendiri dan mengenal lingkungan secara positif dan dinamis, serta mampu mengambil keputusan, mengarahkan dan mewujudkan diri sendiri

secara efektif dan produktif baik di lingkungan sosial maupun di lingkungan masyarakat sesuai peran yang diinginkan. Dalam hal ini maka suatu sekolah sangat memerlukan guru bimbingan dan konseling untuk dapat mengatasi permasalahan yang adapadapesertadidik.

Dalam Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 dijelaskan bahwa bimbingan dan konseling sebagai layanan professional pada satuan pendidikan dilakukan oleh tenaga pendidik professional yaitu Konselor atau Guru Bimbingan dan Konseling. Konselor adalah seseorang yang berkualifikasi akademik Sarjana Pendidikan (S-1) dalam bidang bimbingan dan konseling dan telah lulus Pendidikan Profesi Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor. Sarjana Pendidikan (S-1) dalam bidang bimbingan dan konseling yang dihasilkan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan (LPTK) dapat ditugasi sebagai Guru Bimbingan dan Konseling untuk menyelenggarakan layanan bimbingan dan konseling pada satuan pendidikan.²

Terdapat kebutuhan dalam masa remaja salah satunya adalah percaya diri, percaya diri masih menjadi masalah yang mengganggu pada peserta didik. Kurangnya rasa percaya diri menjadi sesuatu yang sangat mengganggu. Peserta didik merasa sering ada yang kurang pada dirinya, selalu merasa orang lain lebih baik dari dirinya, dan terkadang ada yang merasa malu menjadi dirinya sendiri. Rasa percaya diri begitu sangat penting dalam kehidupan individu atau peserta didik.

²Edris Zamroni, Susilo Rahardjo, *Manajemen Bimbingan Dan Konseling Berbasis Permendik budNomor 111 Tahun 2014*, Vol. 1 No. 1 Tahun 2015, diakses senin, 1 maret 2019, pukul 20:53, h. 7

Percaya diri adalah sikap positif seorang individu yang mengembangkan penilaian positif baik terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan sekitar yang sedang dihadapinya. Willis mengemukakan bahwa percaya diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi yang terbaik dan dapat menyenangkan orang yang lain atau lingkungan yang ada di sekitar kita.³ Anthony berpendapat bahwa percaya diri adalah sikap dimana seseorang dapat menerima kenyataan, berfikir positif, dapat mengembangkan kesadaran diri, mandiri, serta dapat mencapai segala sesuatu yang diinginkan dengan kemampuan yang dimiliki. Dari penjelasan tersebut maka percaya diri merupakan keyakinan bahwasanya seseorang harus dapat berfikir positif dapat menanggulangi masalah dengan kemampuan yang dimiliki, dapat menerima kenyataan dan tidak mudah terpengaruh dengan orang lain.

Percaya diri pada dasarnya merupakan keyakinan pada diri seseorang untuk dapat menanggapi segala sesuatu dengan baik sesuai dengan kemampuan diri yang dimiliki. Mastuti menyatakan bahwasannya percaya diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Kepercayaan diri seseorang dapat di pengaruhi oleh masa perkembangan yang sedang dilaluinya terutama bagi remaja.

Peserta didik yang sedang duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama (SMP) ini tergolong usia remaja awal yang berada pada masa puber yaitu suatu

³M .NurGhufron & Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), h.34

tahap dalam perkembangan dimana terjadi kematangan alat-alat seksual dan tercapai kemampuan reproduksi. Individu yang kurang memiliki percaya diri menilai bahwa dirinya kurang memiliki kemampuan. Penilaian negatif tentang kemampuan tersebut dapat menghambat usaha yang akan dilakukan untuk mencapai tujuan yang akan dicapai. Pandangan dan penilaian negatif tersebut menyebabkan individu tidak melakukan sesuatu kegiatan dengan segala kemampuan yang dimilikinya. Tidak semua individu memiliki rasa percaya diri yang cukup. Perasaan minder, malu, sungkan menjadi kendala bagi peserta didik dalam menjalani proses belajar di sekolah maupun dilingkungan individu yang selalu beranggapan bahwa dirinya tidak mempunyai kemampuan, merasa dirinya tidak berharga.

Anthony berpendapat bahwa percaya diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berfikir positif, memiliki kemandirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan.⁴ Percaya diri adalah suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan sendiri sehingga individu dapat bebas mengembangkan dan melakukan hal hal yang disukainya secara mandiri dan bertanggung jawab atas segala perbuatan yang dilakukannya. Dari pernyataan Anthony didapatkan indikator percaya diri yaitu keyakinan diri, berani, dan berfikir positif.

Melihat fenomena yang banyak dijumpai disekolah-sekolah saat ini masih banyak peserta didik yang memiliki ciri kurang percaya diri

⁴*Ibid*, h. 34

sebagaimana yang terajadi di sekolah MTs Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan. Hal ini dapat diketahui dari perilaku mereka dalam berinteraksi dan behubungan sosial dengan teman sebayanya maupun seluruh warga sekolah. Karena pada dasarnya peserta didik untuk dapat bersosialisasi dan memiliki kepercayaan diri yang baik agar dapat menyesuaikan diri dengan baik dan dapat meningkatkan kualitas dalam belajarnya.

Rasa percaya diri akan mendorong peserta didik agar selalu berperasangka baik terhadap diri sendiri, percaya dengan kemampuan yang ada dalam diri sendiri dan membuat diri kita menjadi lebih pandai bersyukur atas nikmat yang telah diberikan Allah SWT karena kemampuan yang dipercayai tersebut maka muncul sikap selalu ingin bersyukur. Sebagaimana yang di jelaskan dalam firman Allah SWT dalam Q.S. Ali Imran (3) ayat 139, sebagai berikut:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya : “ janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”. (QS. Ali Imran: 139).

Berdasarkan QS Ali Imran:139 menjelaskan bahwa sebagai makhluk hidup jangan bersikap lemah atau tidak percaya diri atas sesuatu yang terjadi dalam kehidupan. Jika kita bersungguh-sungguh dan percaya diri maka kita akan berhasil. Dengan mempunyai rasa percaya diri yang baik dan niat yang sungguh-sungguh maka peserta didik dapat menjalankan pembelajaran dengan baik dan efektif.

Berdasarkan hasil pra penelitian yang peneliti lakukan di MTs Al-Khairiyah Natar diperoleh data melalui wawancara dengan guru BK beliau mengatakan

“..... bahwa terdapat peserta didik yang mengalami kurang percaya diri dan laporan ini di dapatkan dari beberapa guru mata pelajaran dan wali kelas, bahwa peserta didik tersebut sering diam, penakut, kurang percaya diri untuk mengemukakan pendapatnya di depan kelas dan lebih banyak diam. Pada saat peserta didik diberikan waktu untuk bertanya tentang mata pelajaran yang sudah dibahas, mereka lebih banyak diam, merasa malu ketika mempresentasikan tugas atau berbicara didepan teman-teman umum, merasa gugup dan kecewa saat pendapatnya tidak diterima dalam proses diskusi kelompok”.⁵

Hasil wawancara dengan peserta didik di MTs Al- Khairiyah Natar Lampung Selatan sebagai berikut:

“.....saya sering merasa malu kalau di suruh maju kedepan kelas saya merasa gugup, deg-deg an takut salah, pokoknya malu lah mbak .”⁶

Ahmad Juntika berpendapat bahwa layanan bimbingan pribadi social adalah untuk membantu individu dalam menyelesaikan masalah-masalah pribadi-sosial. Bimbingan pribadi social diarahkan untuk memantapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah-masalah yang ada pada dirinya. Bimbingan pribadi-sosial pula diberikan dengan cara menciptakan lingkungan yang kondusif, interaktif pendidikan yang akrab, serta mengembang kansistem pemahaman diri dan sikap-sikap yang positif, serta kemampuan-kemampuan pribadi-sosial yang tepat.⁷

⁵Hasil wawancara dengan guru bk mts Al Khairiyah Natar

⁶Hasil wawancara dengan peserta didik mts Al Khairiyah Natar

⁷Ahmad Juntika, *Bimbingan dan Konseling*, (Bandung : Refrika Aditama, 2014), h. 15.

Bimbingan pribadi-sosial juga sebagai upaya pengembangan kemampuan peserta didik untuk menghadapi dan mengatasi masalah-masalah pribadi-sosial dengan cara menciptakan lingkungan interaksi pendidikan yang akrab dan kondusif, mengembangkan sistem pemahaman diri dan sikap-sikap positif serta dengan mengembangkan kemampuan pribadi-sosial yang tepat. Terdapat metode yang dapat meningkatkan rasa percaya diri peserta didik yaitu metode diskusi.

Metode diskusi merupakan suatu cara dimana peserta didik memperoleh kesempatan untuk dapat memecahkan masalah secara bersama-sama. Setiap peserta didik memperoleh kesempatan untuk mengemukakan pemikirannya masing-masing dalam memecahkan suatu masalah. Dalam melakukan diskusi para peserta didik diberi peran-peran tertentu seperti pimpinan diskusi (moderator) dan notulis.⁸

Melalui teknik diskusi, peserta didik mendapatkan kesempatan untuk memecahkan masalah secara bersama-sama dengan saling memberikan saran dan pertimbangan untuk memecahkan masalah. Terdapat beberapa masalah yang dapat di pecahkan mealalui diskusi, baik masalah pelajaran, sosial, pribadi, dan merencanakan kegiatan. Dengan adanya layanan bimbingan pribadi-sosial dengan teknik diskusi diharapkan akan dapat membantu peserta didik dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik. Salah satu bentuk penciptaan lingkungan yang kondusif dan interaksi pendidikan yang baik maka terbentuklah rasa percaya diri pada peserta didik. Berdasarkan hal tersebut peneliti berasumsi bahwa layanan bimbingan pribadi social dapat digunakan

⁸Lailatul Mufrida dan Mochamad Nursalim, “*Penggunaan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Untuk meningkatkan Minat belajar siswa*”, di unduh 27 juni 2019 . h. 2

sebagai salah satu alternative dalam upaya meningkatkan percaya diri pada peserta didik, maka peneliti tertarik meneliti mengenai: “Pengaruh layanan bimbingan pribadi social dengan teknik diskusi terhadap peningkatan percaya diri pada peserta didik kelas IX B di MTs Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, beberapa masalah terkait percaya diri peserta didik yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut :

1. Terindikasi 5 (29,41%) peserta didik yang memiliki perilaku percaya diri dengan dalam kategori sedang
2. Terindikasi 12 (70,58%) peserta didik yang memiliki perilaku percaya diri dalam kategori rendah.
3. Terindikasi belum adanya layanan bimbingan dan konseling yang khusus untuk menangani masalah percaya diri peserta didik.

C. Batasan Masalah

Agar peneliti lebih terarah dalam meneliti dan tidak menimbulkan perluasan masalah maka penulis membatasi masalah dalam penelitian ini, merujuk pada tema yang telah dibuat oleh penulis maka masalah yang akan dikaji hanya ruang lingkup pengaruh layanan bimbingan pribadi-sosial dengan teknik diskusi terhadap peningkatan percaya diri pada peserta didik kelas IX B di MTs Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan apa yang telah di paparkan dalam latar belakang tersebut, maka peneliti dapat merumuskan masalah yaitu apakah layanan bimbingan pribadi-sosial dengan teknik diskusi berpengaruh terhadap peningkatan percaya diri peserta didik kelas IX B di MTs Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin di capai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan pribadi sosial dengan teknik diskusi terhadap peningkatan percaya diri peserta didik kelas IX B di MTs Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis penelitian ini bermanfaat untuk memberikan pembuktian tentang berpengaruh atau tidaknya layanan bimbingan pribadi sosial dengan teknik diskusi terhadap peningkatan percaya diri peserta didik kelas IX B MTs Al Khairiyah Natar Lampung Selatan.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai referensi atau rujukan tentang kesimpulan dari layanan bimbingan pribadi-sosial teknik diskusi terhadap peningkatan percaya diri bagi yang membaca.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Bimbingan Pribadi-Sosial

1. Pengertian Bimbingan Pribadi-Sosial

Secara harfiah, istilah Bimbingan berasal dari bahasa Inggris, yaitu “*guidance*”. *Guidance* dapat diartikan sebagai bimbingan, bantuan, pimpinan, arahan, pedoman, petunjuk. *Guidance* sendiri berasal dari kata “(to) guide” yang berarti menuntun, mempedomani, menjadi petunjuk jalan, mengemudikan. Adapun pembahasan dalam buku ini kata *guidance* dipergunakan untuk pengertian bimbingan atau bantuan.¹ Secara umum bimbingan dapat diartikan sebagai suatu proses pemberian bantuan kepada individu atau kelompok yang dilakukan secara berkesinambungan supaya individu atau kelompok tersebut dapat memahami dirinya sendiri sehingga ia sanggup mengarahkan dirinya dan dapat bertindak secara wajar, sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan sekolah, keluarga, masyarakat, dan kehidupannya. Pakar psikologi berpendapat bahwa, pengertian bimbingan adalah sebagai berikut:

- a. Crow dan Crow berpendapat bahwa, *guidance* dapat diartikan sebagai yang diberikan oleh seseorang baik pria maupun wanita, yang

¹ Rifda El Fiah, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta: IDEA Press, 2014), h. 1

memiliki pribadi yang baik dan pendidikan yang memadai, kepada seseorang individu dari setiap usia untuk menolong dalam mengemudikan kegiatan-kegiatan hidupnya sendirian, membuat pilihannya sendiri dan memikul bebannya sendiri;

- b. Tohari Musnamar mengutip Athur jones mendefinisikan bimbingan sebagai: “..... pertolongan yang diberikan oleh seseorang kepada orang lain dalam hal membuat pilihan, penyesuaian diri dan pemecahan berbagai problem. Tujuannya agar yang dibantu tersebut dapat tambah dalam kemandirian dan kemampuan bertanggung jawab bagi dirinya sendiri”.
- c. Furqon mengemukakan bahwa bimbingan sebagai bagian dari aspek pendidikan yang berfokus pada upaya membantu individu memenuhi kebutuhan, memahami potensi, dan mengembangkan tujuan kehidupan. Bimbingan adalah bantuan dari seorang profesional untuk membantu perkembangan individu.²

Dari pendapat para ahli di atas bahwa bimbingan adalah suatu proses bantuan yang diberikan kepada individu atau sekelompok individu untuk memecahkan kesulitan-kesulitan agar mereka dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan menjadi pribadi yang mandiri, yang mencakup pokok diri sendiri dan lingkungan. Sedangkan konseling adalah suatu proses bantuan yang diberikan kepada individu dengan tatap muka

²*Ibid*, h. 5

melalui wawancara untuk memecahkan suatu permasalahan yang dihadapi individu oleh seorang pekerja yang profesional atau terlatih.

Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa Bimbingan dan Konseling adalah suatu proses pemberian bantuan oleh seorang konselor kepada klien dalam memecahkan suatu permasalahan yang dihadapi agar klien dapat mandiri, mengembangkan kemampuan dirinya sendiri maupun lingkungannya.³ Dalam bimbingan dan konseling terdapat empat bidang diantaranya bidang pribadi, bidang sosial, bidang belajar, bidang karir, dan bidang pribadi-sosial. Maka dalam penelitian ini terfokus pada bidang layanan bimbingan pribadi-sosial.

Bimbingan Pribadi merupakan upaya untuk membantu individu dalam menemukan dan mengembangkan pribadi yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, mantap dan mandiri serta sehat jasmani dan rohani. Sementara bimbingan pribadi sosial merupakan upaya untuk membantu individu dalam mengenal dan berhubungan dengan lingkungan sosial yang dilandasi dengan budi pekerti luhur dan tanggung jawab. Menurut Yusuf Bimbingan Pribadi-Sosial berarti upaya untuk membantu individu dalam menghadapi keadaan batinnya sendiri dan mengatasi konflik-konflik dalam diri sebagai upaya untuk mengatur dirinya sendiri dibidang kerohanian, perawatan jasmani, pengisian waktu luang, penyakuran nafsu seksual dan sebagainya, serta upaya untuk membantu

³ Winarsih, "*Layanan Bimbingan Pribadi-Sosial Dalam Meningkatkan Komunikasi Interpersonal pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 2 Padang Cermin 2016/2017*" (Skripsi stara 1 Institut Agama Islam Negeri Lampung, 2017), h.17

individu dalam membina hubungan sosial di berbagai lingkungan (pergaulan sosial).⁴

Pada dasarnya, bimbingan tidak hanya berfungsi untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi individu (*kuratif*), melainkan memiliki fungsi lain yaitu sebagai upaya pencegahan (*preventif*) dan pengembangan (*developmental*). Lynn Bullar dalam Syamsul Yusuf mengungkapkan bahwa untuk melakukan reformasi (Pembaharuan) program bimbingan dan konseling secara tepat maka layanan-layanannya harus diintegrasikan kedalam program-program yang berorientasi pengembangan, yang membantu para peserta didik mengembangkan dan memperaktekkan kompetensi-kompetensinya.

Syamsul yusuf dan Juntika Nurihsan merumuskan bimbingan pribadi-sosial sebagai suatu upaya membantu individu dalam memecahkan masalah yang berhubungan dengan keadaan psikologis dan sosial klien, sehingga individu memantapkan kepribadiannya dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah-masalah dirinya.⁵

Bimbingan peibadi sosial juga sebagai upaya pengembangan kemampuan peserta didik untuk menghadapi dan mengatasi masalah-masalah pribadi-sosial dengan cara menciptakan lingkungan yang interaksi pendidikan yang kondusif, pengembangan sistem pemahaman diri dan sikap-sikap positif serta dengan pengembangan kemampuan pribadi-sosial.

⁴ Sulistiyarini, mohammad jauhar, *Dasar-dasar Konseling*, (Jakarta: Prestasi pustakaraya, 2014), h. 175

⁵ *Ibid*, h. 176

Bimbingan pribadi-sosial diarahkan untuk memantapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan anak dalam menangani-menangani masalah dirinya. Bimbingan ini diberikan dengan cara menciptakan lingkungan yang kondusif, interaktif pendidikan yang akrab, mengembangkan sistem pemahaman diri dan sikap-sikap positif serta keterampilan pribadi-sosial yang tepat.

Menurut Syaodih Bimbingan pribadi-sosial dimaksudkan untuk mencapai tujuan tugas perkembangan pribadi-sosial anak dalam mewujudkan pribadi yang mampu menyesuaikan diri dan bersosialisasi dengan lingkungannya secara baik.⁶

Winkel menyatakan bahwa bimbingan pribadi sosial merupakan upaya untuk membantu individu menghadapi keadaan batinnya sendiri dan mengatasi konflik-konflik dalam diri, mengatur dirinya sendiri dibidang kerohanian, perawatan jasmani, pengisian waktu luang, penyaluran waktu luang, penyaluran nafsu seksual, serta upaya membantu individu dalam membina hubungan sosial di berbagai lingkungan atau pergaulan sosial.⁷

Ruang lingkup pendidikan di sekolah, bimbingan tidak lagi peruntukkan kepada siapa saja, melainkan lebih dibatasi dengan batasan lingkup sekolah. Fokus pada bimbingan di lingkungan adalah peserta didik dalam sekolah yang dilakukan oleh orang-orang dewasa yang relatif matang (guru atau konselor), dengan harapan peserta didik dapat berkembang

⁶ Suharni, Beny Dwi Pratama, “Pemberian Layanan Bimbingan Pribadi sosial dalam menumbuhkan perilaku Prosocial anak Usia dini” (jurnal : program Bimbingan dan Konseling IKIP PGRI Madiun), h. 33

⁷ Dani Tohir, “ Program Bimbingan Pribadi Sosial untuk Peningkatan Kepercayaan diri Siswa”, (skripsi : Universitas Pendidikan Indonesia), h. 13

maksimal mencapai dewasa dan matang, sehingga dia lebih berdaya guna bagi diri dan lingkungan sekitarnya. Bimbingan pribadi-sosial diarahkan untuk memantapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah-masalah dirinya. Bimbingan ini merupakan layanan yang mengarah pada pencapaian pribadi yang seimbang dengan memperhatikan keunikan karakteristik pribadi serta ragam permasalahan yang dialami oleh individu. Mengacu pada pendapat para ahli diatas dinyatakan bahwa bimbingan pribadi-sosial merupakan usaha bimbingan dalam membantu menghadapi dan menyelesaikan masalah-masalah yang dialami peserta didik baik pribadi maupun sosial dan mengembangkan sistem pemahaman diri dan sikap-sikap yang positif sehingga mampu membina hubungan yang harmonis di lingkungannya.

2. Tujuan Bimbingan Pribadi Sosial

Syamsu Yusuf, secara rinci menyebutkan tujuan yang ingin dicapai dari layanan bimbingan pribadi-sosial adalah sebagai berikut:

- a. Memiliki komitmen yang kuat dalam mengamalkan nilai-nilai keimanan dan ketakwaan kepada Tuhan yang maha esa, baik dalam kehidupan pribadi, keluarga, pergaulan dengan teman sebaya, sekolah, tempat kerja maupun masyarakat pada umumnya;
- b. Memiliki sifat toleransi terhadap umat beragama lain dengan saling menghormati dan memelihara hak dan kewajibannya masing-masing;
- c. Memiliki pemahaman tentang irama kehidupan yang bersifat fruktatif antara yang menyenangkan dan tidak menyenangkan serta mampu meresponnya secara positif sesuai dengan ajaran agama yang di anutnya;
- d. Memiliki pemahaman dan penerimaan diri secara objektif dan konstruktif, baik yang terkait dengan keunggulan maupun kelemahan baik fisik maupun psikis;
- e. Memiliki sifat yang positif atau respek terhadap diri sendiri dan orang lain;

- f. Memiliki kemampuan untuk melakukan pilihan secara sehat;
- g. Bersikap respek terhadap orang lain, menghormati atau menghargai orang lain, tidak melecehkan martabat dan harga dirinya;
- h. Memiliki rasa tanggung jawab yang diwujudkan dalam bentuk komitmen terhadap tugas atau kewajibannya;
- i. Memiliki kemampuan berinteraksi sosial (*human relationship*) yang diwujudkan dalam bentuk hubungan persahabatan, persaudaraan, atau silaturahmi dengan sesama manusia;
- j. Memiliki kemampuan dalam menyelesaikan konflik (masalah) baik bersifat internal maupun dengan orang lain; dan
- k. Memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan secara efektif.⁸

Berdasarkan pemaparan di atas, diketahui bahwa tujuan dari layanan bimbingan pribadi-sosial adalah membantu peserta didik untuk dapat mengamalkan nilai-nilai keimanan dan ketakwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, mampu memahami dan menerima kelebihan dan kekurangan diri sendiri, bersikap respek terhadap sesama dan diri sendiri, mengambil keputusan secara efektif, memiliki rasa tanggung jawab, memiliki kemampuan berinteraksi sosial dan dapat menyelesaikan konflik pribadi maupun sosial.

Inti dari pendapat ahli akan tujuan yang ingin dicapai dari bimbingan pribadi-sosial adalah membantu individu atau peserta didik agar mampu menerima dan memahami dirinya sendiri serta lingkungan sekitarnya, sehingga peserta didik dapat menyelesaikan masalah pribadi dan sosial yang dihadapi. Berkaitan dengan pribadi-sosial hendaknya seorang konselor mengusahakan beberapa hal berikut demi pendampingan kepada para peserta didiknya:

- a. Mengetahui diri, keluarga, teman, dan orang lain;
- b. Masalah pergaulan, hubungan dengan keluarga dan teman;

⁸ *Ibid*, h.177

- c. Menyelesaikan konflik dengan orang tua, teman, dan diri;
- d. Penyesuaian diri dengan lingkungan;
- e. Masalah perkembangan diri, intelektual, sosial, emosional, dan spiritual;
- f. Memotivasi diri, mengendalikan diri, menghargai orang lain, percaya diri;
- g. Nilai-nilai hidup kebersamaan, keadilan, kejujuran, kesetiaan, cinta kasih, tanggung jawab, kedisiplinan, ketekunan, kebersihan; dan
- h. Mengatasi rasa malu, rasa minder, dan rasa takut berlebihan.⁹

3. Fungsi Bimbingan Pribadi-sosial

Fungsi bimbingan pribadi-sosial sebagai berikut:

- a. Perubahan menuju pertumbuhan. Pada bimbingan pribadi-sosial, konselor secara berkesinambungan memfasilitasi individu agar mampu menjadi agen perubahan (*agen of change*) bagi dirinya dan lingkungannya. Konselor juga berusaha membantu individu sedemikian rupa sehingga individu mampu menggunakan segala sumberdaya yang dimilikinya untuk berubah;
- b. Pemahaman diri secara penuh dan utuh. Individu mahami kelemahan dan kekuatan yang ada dalam dirinya, serta kesempatan dan tantangan yang ada diluar dirinya. Pada dasarnya melalui bimbingan pribadi-sosial diharapkan individu tidak memiliki kepribadian yang terpecah lagi dan mampu mengintegrasikan diri dalam segala aspek kehidupan secara utuh, selaras, serasi dan seimbang;
- c. Belajar berkomunikasi yang lebih sehat. Bimbingan pribadi sosial dapat berfungsi sebagai media pelatihan bagi individu untuk berkomunikasi secara lebih sehat dengan lingkungannya;

⁹ Winarsih, "Layanan Bimbingan Pribadi-Sosial Dalam Meningkatkan Komunikasi Interpersonal pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 2 Padang Cermin 2016/2017" (Skripsi stara 1 Institut Agama Islam Negeri Lampung, 2017), h. 21

- d. Berlatih tingkah laku baru yang lebih sehat. Bimbingan pribadi sosial digunakan sebagai media untuk menciptakan dan berlatih perilaku baru yang lebih sehat;
- e. Belajar mengungkapkan diri secara penuh dan utuh. Melalui bimbingan pribadi sosial diharapkan individu dapat dengan spontan, kreatif, dan efektif dalam mengungkapkan perasaan, keinginan, dan inspirasinya;
- f. Individu mampu bertahan. Melalui bimbingan pribadi sosial diharapkan individu dapat bertahan dengan keadaan masa kini, dapat menerima keadaan dengan lapang dada, dan mengatur kembali kehidupannya dengan kondisi yang baru.¹⁰

Dari pelajaran di atas bahwa fungsi bimbingan pribadi-sosial adalah agar individu mampu memahami, menerima kelebihan dan kekurangan dalam dirinya serta mampu mengadakan perubahan-perubahan positif pada diri individu itu sendiri dan dapat menyelesaikan permasalahan secara baik. Pada hakekatnya kompetensi pribadi-sosial banyak dirumuskan secara berbeda, intrapersonal dan interpersonal, *self-knowledge*, interpersonal skill, dan atau *personal and social skille*. Ketiga rumusan tersebut pada hakekatnya memiliki maksud dan pengertian yang relatif sama, yaitu menggambarkan antara kompetensi pribadi-sosial yang terkait dengan orang lain atau lingkungannya yang didasari dengan adanya komitmen *transcendental*, yaitu dengan terciptanya. Kedua realasi intra dan inter pribadi-sosial merupakan suatu kesatuan yang secara fungsional sulit

¹⁰Sulistiyarini, *ibid.*h. 179

dipisahkan, sehingga kedua kecakapan dipandang lebih fungsional dan bermakna, manakala disatukan.

4. Metode Bimbingan Pribadi-Sosial

Metode adalah suatu kerangka kerja dan dasar-dasar pemikiran yang menggunakan cara-cara khusus untuk menuju suatu tujuan. Sedangkan teknik merupakan penerapan suatu metode dalam praktek. Berikut ini konsep metode bimbingan dan konseling menurut Ainur Rahim Faqih yang dapat dijadikan rujukan dalam menjelaskan metode bimbingan pribadi-sosial, karena bimbingan pribadi-sosial merupakan bagian atau bidang dari bimbingan dan konseling. Konsep tersebut sebagai berikut:

a. Metode Langsung

Metode langsung atau metode komunikasi secara langsung adalah metode dimana pembimbing secara individual dengan pihak yang dibimbing. Adapun teknik digunakan yaitu:

- 1) Metode Individual: Pembimbing dalam hal ini melakukan komunikasi langsung secara individual dengan pihak yang dibimbing. Adapun teknik yang digunakan yaitu:
 - a) Percakapan pribadi, yaitu pembimbing melakukan dialog langsung secara tatap muka dengan pihak yang dibimbing.
 - b) Kunjungan rumah (*home visit*), yaitu pembimbing mengadakan dialog dengan kliennya dan orang tuanya tetapi dilaksanakan di rumah klien sekaligus untuk mengamati keadaan rumah klien dan kehidupan sosial klien di lingkungan rumah.

2) Metode Kelompok: Pembimbing dalam hal ini melakukan komunikasi langsung secara berkelompok dan dapat dilakukan dengan teknik-teknik sebagai berikut.

- a) Diskusi kelompok, yaitu pembimbing melaksanakan bimbingan dengan cara mengadakan diskusi dengan kelompok klien yang mempunyai masalah yang sama;
- b) Karya wisata, yaitu bimbingan atau konseling yang dilakukan secara langsung dengan mempergunakan ajaran karya wisata sebagai forumnya;
- c) Sosiodrama (*role playing*), yaitu bimbingan pribadi yang dilakukan dengan cara bermain peran untuk memecahkan atau mencegah timbulnya masalah;
- d) Group teaching, yaitu pemberian bimbingan dengan memberikan materi yang sesuai dengan topik bimbingan kepada kelompok yang telah disiapkan;

b. Metode tidak langsung

Metode tidak langsung adalah metode bimbingan yang dilakukan melalui media massa dan dapat dilakukan secara individual maupun kelompok. Metode individual meliputi surat menyurat dan telepon, sedangkan metode kelompok meliputi papan bimbingan, surat kabar atau majalah, brosur, radio, dan televisi. Metode dan teknik yang digunakan dalam melaksanakan bimbingan dan konseling tergantung pada masalah yang dihadapi, tujuan penyelesaian masalah, keadaan

yang dibimbing atau klien, kemampuan pembimbing atau konselor mempergunakan metode dan teknik, sarana dan prasarana yang tersedia, kondisi dan situasi sekitar, organisasi dan administrasi layanan bimbingan dan konseling serta biaya yang tersedia.¹¹

Dari penjelasan diatas, bahwa metode dan teknik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dilakukan dengan berkelompok. Dalam permasalahan peserta didik peneliti akan membantu peserta didik yang memiliki rasa kurang percaya diri menggunakan layanan bimbingan pribadi-sosial dengan menggunakan metode langsung yaitu metode diskusi kelompok, bertujuan agar peserta didik bermasalah mampu bertindak laku yang lebih adaptif. Bagi peserta didik yang mengalami permasalahan percaya diri diharapkan nantinya akan mendapatkan perilaku lebih percaya diri dan dapat mengungkapkan apa yang mereka rasakan.

B. DISKUSI KELOMPOK

1. Pengertian Diskusi Kelompok

Metode diskusi kelompok merupakan salah satu cara dimana peserta didik memperoleh kesempatan untuk memecahkan masalah secara bersama-sama. Setiap peserta didik memperoleh kesempatan untuk mengemukakan pikirannya masing-masing dalam memecahkan dalam suatu masalah. Dalam melakukan diskusi para peserta didik diberi peran-peran tertentu seperti pimpinan diskusi (moderator) dan

¹¹ Winarsih, *Ibid*, h. 24

notulen.¹² Melalui diskusi kelompok peserta didik mendapat kesempatan untuk memecahkan suatu masalah bersama-sama, dengan saling memberikan saran dan pertimbangan untuk memecahkan masalah.

Diskusi kelompok menurut surya adalah merupakan suatu proses bimbingan dimana peserta didik akan mendapatkan suatu kesempatan untuk menyumbangkan pikiran masing-masing dalam memecahkan masalah bersama-sama. Diskusi kelompok adalah suatu teknik bimbingan kelompok yang dilaksanakan dengan maksud agar sebagai anggota kelompok dapat mengumpulkan pendapat, membuat kesimpulan, dan memecahkan masalah yang dihadapi dengan jalan mendiskusikan masalah tersebut secara bersama-sama.¹³ Diskusi adalah suatu bentuk kegiatan berbicara kelompok yang membahas suatu masalah untuk memperoleh alternatif-alternatif pemecahan masalah tersebut. Lebih lanjut, diskusi juga bisa berupa kegiatan berbicara untuk bertukar pikiran tentang suatu hal dalam mencari persamaan persepsi terhadap hal yang didiskusikan itu.

Diskusi pada dasarnya merupakan suatu bentuk bertukar pikiran yang teratur dan terarah, baik dalam kelompok kecil atau besar dengan tujuan untuk mendapat suatu pengertian, kesepakatan dan

¹² *Ibid*, h. 291

¹³ Miftakhus , Syahudurrachman, *Peningkatan Keaktifan Siswa Terhadap Kegiatan Kepramukaan Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Kelompok Pada Siswa VII F SMP Negeri 1 Demak Tahun 2012/2013*. (Semarang . universitas Negeri semarang), h. 32

keputusan bersama mengenai suatu masalah.¹⁴ Dari berbagai pendapat mengenai diskusi kelompok tersebut maka dapat disimpulkan bahwa diskusi merupakan suatu bentuk bertukar pikiran yang teratur dan terarah baik dalam kelompok kecil maupun besar dengan tujuan untuk mendapatkan keputusan dan kesepakatan bersama mengenai suatu masalah.

2. Tujuan Diskusi Kelompok

Tujuan yang ingin dicapai melalui diskusi kelompok ialah:

- a. Peserta didik memperoleh informasi yang berharga dari teman diskusi dan pembimbing diskusi. Pengalaman yang baik maupun yang buruk dan mendapat dari teman, banyak membantu perkembangan pribadi peserta didik. Informasi mungkin bersifat praktis, sederhana, dan langsung dapat di manfaatkan, misalnya cara menghafal Chairul Anwar. Namun, ada juga informasi yang bersifat kompleks dan manfaatnya tidak langsung diketahui, misalnya tentang keberhasilan membiasakan diri menepati rencana belajar.
- b. Membangkitkan motivasi dan semangat peserta didik untuk melakukan suatu tugas. Bila peserta didik mula-mula enggan mengerjakan suatu tugas, misalnya membuat ringkasan tentang isi bacaan setelah diskusi tentang manfaat membuat ringkasan, maka timbul minat dan kemauan untuk membuat ringkasan. Begitu juga terhadap hal-hal yang semula ditolak, kurang diminati, kurang

¹⁴ Mera Rizkina, *Upaya Meningkatkan Keaktifan Peserta Didik Dalam Diskusi Kelompok Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Peserta Didik Kelas VIII E SMPN 19 Semarang*, (Semarang, UNS, 2013), h. 19

dipahami, bahkan mungkin semula dibenci dapat berubah untuk dicintai dan dikerjakan.

- c. Mengembangkan kemampuan peserta didik berfikir kritis, mampu melakukan analisis dan sintesis atas data atau informasi yang diterimanya. Dalam diskusi peserta didik memperoleh berbagai informasi yang mungkin saling bertentangan, berhubungan atau saling menunjang. Peserta didik secara bertahap akan mampu menanggapi secara kritis dan lambat laun mampu membuat analisis secara mensitesikan informasi yang diterimanya.
- d. Mengembangkan keterampilan dan keberanian peserta didik untuk mengemukakan pendapat secara jelas dan terarah. Tanpa latihan akan sulit mengemukakan pendapat dengan jelas, terarah dan berisi, apalagi para peserta didik. Dalam diskusi peserta didik di bimbing untuk berani dan terampil menyampaikan pengalaman dan gagasan secara teratur, sehingga mudah dipahami orang lain dan
- e. Membiasakan kerjasama diantara peserta didik. Diskusi pada hakikatnya kerja sama dalam pengumpulan dan tukar-menukar pengalaman serta gagasan. Melalui diskusi, peserta didik dibina memperhatikan kepentingan orang lain, menghargai pendapat orang lain, dan menerima keputusan bersama.¹⁵

¹⁵ Dewa ketut Sukardi, *Ibid*, h. 211-222

3. Jenis – jenis Diskusi

Diskusi yang sifatnya melibatkan jumlah masa sehingga terjadi interaksi massa, menurut Syafi'i jenis-jenis diskusi dibedakan menjadi 4 jenis yaitu:

a. Diskusi Kelompok

Diskusi kelompok adalah diskusi yang dilaksanakan dengan membentuk kelompok-kelompok yang terdiri dari beberapa peserta didik. Setiap kelompok akan membahas suatu masalah dengan topik-topik tertentu. Diantaranya peserta didik dalam kelompok ini ada yang bertugas sebagai sekretaris diskusi yang mencatat apa yang telah dibicarakan dan menyampaikan resume pikiran-pikiran yang berlangsung dalam kelompok.

b. Diskusi panel

Diskusi ini dilaksanakan dengan menunjuk beberapa peserta didik sebagai panelis, yaitu orang yang diangkat menjadi pokok diskusi. dalam diskusi panel lazimnya ditampilkan empat sampai delapan panelis. Masing-masing panelis merupakan tokoh yang memahami benar salah satu masalah berkaitan dengan topik diskusi. Peserta didik yang dipilih menjadi panelis menguasai yang menjadi panelis menguasai yang menjadi bagiannya agar dapat menyampaikan pandangan-pandangannya dihadapan peserta diskusi. Diskusi panel merupakan model diskusi yang memungkinkan para panelis dan peserta diskusi saling memberi dan menerima gagasan. Ketua

diskusi harus mampu mengatur lalu lintas diskusi agar tidak ada pihak yang memonopoli diskusi.

c. Dialog

Diskusi ini dilaksanakan dengan penampilan dua orang sebagai pembicara yang akan menampilkan tanya jawab tentang suatu topik dihadapan kelas. Seorang peserta didik bertindak sebagai penanya. Narasumber harus menguasai masalah yang menjadi topik diskusi, sedangkan penanya harus memahami apa yang ingin diketahui oleh pendengar yang terdiri dari peserta didik lain. Peserta didik yang bertindak sebagai dapat juga berperan secara aktif dalam mengikuti jalannya dialog. Mereka dapat mengajukan pendapat, tanggapan, pertanyaan-pertanyaan yang di ajukan kepada narasumber maupun penanya.

d. Seminar

Diskusi ini di laksanakan dengan menampilkan tiga sampai enam orang peserta didik yang bertindak sebagai pembicara. Masing-masing pembicara menyajikan makalah mengenai suatu masalah yang menyoroti topik diskusi dari sudut pandang tertentu. Dalam kegiatan seminar peran pemimpin diskusi sangat penting. Pimpinan diskusi harus dapat mengatur pembagian waktu untuk para penyaji, tanya jawab, penyajian simpulan, dengan tepat sesuai dengan banyaknya pembicara serta waktu yang tersedia. Disamping itu pemimpin diskusi juga harus mampu memahami

dengan cermat, cepat, dan tepat isi makalah yang disajikan pembicara, maupun tanggapan dari peserta seminar.

4. Langkah-langkah pelaksanaan diskusi

Langkah-langkah dalam pelaksanaan diskusi yaitu menentukan masalah yang akan didiskusikan, menjelaskan masalah tersebut, mengatur giliran pembicaraan, memberi kesempatan kepada orang-orang yang akan berbicara secara bergilir, mengarahkan pembicaraan, membantu peserta didik dalam mengambil keputusan dan kesimpulan.¹⁶

C. PERCAYA DIRI

1. Pengertian Percaya Diri

Percaya diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang sangat berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat, tanpa adanya kepercayaan diri akan menimbulkan banyak masalah pada diri seseorang. Hal tersebut dikarenakan dengan percaya diri, seseorang mampu untuk mengaktualisasikan segala potensinya.¹⁷ Menurut Willis kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu

¹⁶ Jurnal kreatif tadulado charles kapile dan juraid, Vol. 4 No. 8 ISSN 2354-614X11 *penerapan metode diskusi untuk meningkatkan hasil belajar murid kelas IV pada mata pelajaran IPS di SDN No.2 tamarenja kecamatan sindue tobata hadija* (mahasiswa program guru dalam jabatan fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas tadulodo, jurnal di akses pada senin, 13 oktober 2019, pukul 07: 39 WIB)

¹⁷ Ghufroon Nur, dan Risnawita, Rini. *Teori-teori Psikologi*. (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media., 2011) , h. 33

menanggungan suatu masalah dengan terbaik dan dapat memberikan suatu yang menyenangkan bagi orang lain.¹⁸

Kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Hal ini bukan berarti bahwa individu tersebut mampu dan kompeten melakukan sesuatu seorang diri. Rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya hanya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut bahwa ia merasa memiliki kompetensi, yakin mampu dan percaya bahwa dia bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistis terhadap diri sendiri.¹⁹

Inge mendefinisikan Rasa percaya diri adalah keyakinan seseorang akan kemampuan yang dimiliki untuk menampilkan perilaku tertentu atau untuk mencapai target tertentu. Dengan kata lain, kepercayaan diri adalah bagaimana merasakan tentang diri sendiri, dan perilaku akan merefleksikan tanpa disadari.²⁰ Lauser mendefinisikan kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan

¹⁸ Ibid, h 34

¹⁹ Enung fatimah, *psikologi perkembangan*, (Bandung: CV Puskata setia, 2010), h. 149

²⁰ Inge Pudjiastuti Adywibowo. 2010. *Memperkuat Kepercayaan diri Anak melalui Percakapan*. Referensial. Jurnal pendidikan Penabur –no.15/Tahun ke-9/Desember 2010. Jakarta, h.37

tanggung jawab. Lauster menambahkan bahwa kepercayaan diri berhubungan dengan kemampuan melakukan sesuatu yang baik. Anggapan seperti ini membuat individu tidak pernah menjadi orang yang mempunyai kepercayaan diri yang sejati. Bagaimanapun kemampuan manusia terbatas pada sejumlah hal yang dapat dilakukan dengan baik dan sejumlah kemampuan yang dikuasai.²¹

Maslow menyatakan bahwa percaya diri merupakan modal dasar untuk pengembangan aktualitas diri. Dengan percaya diri orang akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri. Sementara itu, kurangnya percaya diri akan menghambat pengembangan potensi diri. Jadi orang yang kurang percaya diri akan menjadi seseorang yang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu-ragu untuk menyampaikan gagasan, serta bimbang dalam menentukan pilihan dan sering membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain.²²

Anthony berpendapat bahwa percaya diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berfikir positif, memiliki kemandirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan.²³ Percaya diri adalah suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan sendiri sehingga individu dapat bebas mengembangkan dan melakukan hal hal yang disukainya secara mandiri dan bertanggung jawab atas segala perbuatan yang dilakukannya.

²¹ Ghufroon, *ibid*, h. 34

²² Kartono, Kartini. *Psikologi Anak*. (Jakarta, 2000), h.202

²³ Ghufroon, *Ibid*, h. 34

Dari pernyataan Anthony didapatkan indikator percaya diri yaitu:

1. Keyakinan diri
2. Berani, dan
3. Berfikir positif.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri atau *self confident* adalah kepercayaan akan kemampuan terbaik diri sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki, dapat memanfaatkannya secara tepat untuk menyelesaikan serta menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain. Kepercayaan diri tidak terbentuk dengan sendirinya melainkan berkaitan dengan kepribadian seseorang dan dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berasal pengalaman-pengalaman sejak kecil diri dalam individu sendiri.

2. Ciri-ciri Individu yang Memiliki Kepercayaan Diri

Individu yang memiliki rasa percaya diri akan menunjukkan gejala gejala percaya diri dalam setiap tindakannya. Berikut ciri-ciri individu yang memiliki rasa percaya diri yang dikemukakan oleh para ahli, antara lain. Menurut Mastuti, ada beberapa ciri atau karakteristik individu yang memiliki rasa percaya diri yang proporsional, diantaranya adalah :

- a. Percaya akan kompetensi atau kemampuan diri hingga, tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, atau pun rasa hormat orang lain.
- b. Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok.
- c. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri.
- d. Punya pengendalian diri yang baik.
- e. Memiliki internal locus of control (memandang keberhasilan atau kegagalan, tergantung dari usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak tergantung/mengharapkan bantuan orang lain.
- f. Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi di luar dirinya.

Sedangkan Taylor mengemukakan ciri-ciri individu yang memiliki kepercayaan diri sebagai berikut :

- a. Merasa rileks, nyaman dan aman.
- b. Yakin kepada diri sendiri.
- c. Tidak percaya bahwa orang lain selalu lebih baik.
- d. Melakukan sebaik mungkin sehingga pintu terbuka di kemudian hari.
- e. Menetapkan tujuan yang tidak terlalu tinggi sehingga bisa diraihinya.
- f. Tidak melihat adanya jurang yang lebar ketika membandingkan diri sendiri dengan orang lain.
- g. Tidak mengambil kompensasi atas rasa ketidakamanan dengan bertindak kurang ajar dan agersif.
- h. Memiliki kemampuan untuk bertindak dengan percaya diri, sekalipun anda tidak merasa demikian.
- i. Memiliki kesadaran adanya kemungkinan gagal dan melakukan kesalahan.

- j. Merasa nyaman dengan diri sendiri dan tidak khawatir dengan apa yang dipikirkan orang lain.
- k. Memiliki keberanian untuk mencapai apa yang diinginkan
- l. Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.²⁴

Berdasarkan ciri-ciri individu yang memiliki rasa percaya diri yang telah dikemukakan oleh para ahli tersebut, maka ciri-ciri individu yang memiliki rasa percaya diri dapat disimpulkan yaitu: Percaya pada kemampuan diri sendiri, tidak konformis, berani menerima dan menghadapi-penolakan, mampu mengendalikan diri, *positif thinking*, *realistis*, dan maju terus. Adapun ciri-ciri kurangnya rasa percaya diri pada diri seseorang adalah:

- a. Kurang bisa untuk bersosialisasi dan tidak yakin pada diri sendiri, sehingga mengabaikan kehidupan sosialnya
- b. Seringkali tampak murung dan depresi.
- c. Sikap pasrah pada kegagalan, memandang masa depan suram.
- d. Mereka suka berpikir negatif dan gagal untuk mengenali potensi yang dimilikinya.
- e. Takut dikritik dan merespon pujian dengan negatif.
- f. Takut untuk mengambil tanggung jawab.
- g. Takut untuk membentuk opininya sendiri.
- h. Hidup dalam keadaan pesimis dan suka menyendiri.²⁵

Bentuk tidak percaya diri menurut Prof. Dr. Abdul Aziz El Qussy ialah ragu-ragu, lidah terasa terkunci dihadapan orang banyak, gagap, murung, malu, tidak dapat berpikir bebas, tidak berani, menyangka akan terjadi bahaya, bertambah takut, sangat hati-hati, merasa rendah diri, dan takut memulai suatu hubungan baru dengan orang lain, serta pasif dalam

²⁴ R. Taylor, *Kiat Membangun Percaya Diri*. (Yogyakarta : Diva Press, 2009), h.20.

²⁵ Centi, P. J. *Mengapa Rendah Diri*. (Yogyakarta: Kanisius, 1995), h.45

pergaulan, tidak berani mengemukakan pendapat, dan tidak berani bertindak.²⁶

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kepercayaan Diri

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi rasa percaya diri adalah sebagai berikut:

a. Konsep diri

Menurut Anthony terbentuknya kepercayaan diri pada diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulannya dalam suatu kelompok. Hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri.

b. Harga diri

Santoso berpendapat bahwa tingkat harga diri seseorang akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.

c. Pengalaman

Anthony mengemukakan bahwa pengalaman masa lalu adalah hal yang terpenting untuk mengembangkan kepribadian sehat.

d. Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan orang tersebut tergantung dan berada dibawah kekuasaan orang lain yang lebih pandai darinya. Sebaliknya, orang yang

²⁶ Prof. Dr. Abdul Aziz El Qussy, *Pokok-pokok kesehatan jiwa/mental*. (Jakarta : Bulan bintang ,1997), h.156

mempunyai pendidikan tinggi akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih dibandingkan yang berpendidikan rendah.²⁷

Menurut Heru Mugiasro mengemukakan faktor penyebab kurang percaya diri antara lain sebagai berikut :

- a. Perasaan tidak mampu untuk berbuat lebih baik, dalam segala hal.
- b. Tidak percaya bahwa dirinya memiliki kelebihan.
- c. Merasa curiga terhadap orang lain dan memposisikan diri sebagai korban.
- d. Beranggapan bahwa orang lainlah yang harus berubah.
- e. Menolak tanggung jawab hidup untuk mengubah diri menjadi lebih baik.
- f. Lingkungan yang kurang memberikan kasih sayang/penghargaan terutama pada masa kanak-kanak dan pada masa remaja.
- g. Lingkungan yang menerapkan kedisiplinan yang otoriter, tidak memberikan kebebasan berfikir, memilih dan berbuat.
- h. Kegagalan/kekecewaan yang berulang kali tanpa diimbangi dengan optimisme yang memadai.
- i. Keinginan untuk mencapai kesempurnaan dalam segala hal (idealisme yang tidak realistis).
- j. Sikap orang tua yang memberikan pendapat dan evaluasi negatif terhadap perilaku dan kelemahan anak.²⁸

²⁷ Nur Gufron , Rini Rinirisnawita *ibid*, h.37

²⁸ Heru Mugiarso, *Bimbingan dan Konseling*. (Semarang: UPT UNNES Press, 2008), h. 46.

4. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri

Menurut Rini orang yang mempunyai kepercayaan diri tinggi akan mampu bergaul secara fleksibel, mempunyai toleransi yang cukup baik, tidak mudah terpengaruh orang lain dalam bertindak serta mampu menentukan langkah-langkah pasti dalam kehidupannya. Individu yang mempunyai kepercayaan tinggi akan terlihat lebih tenang, tidak memiliki rasa takut, dan mampu memperlihatkan kepercayaan dirinya setiap saat.²⁹

Terdapat beberapa aspek kepercayaan diri positif yang dimiliki seseorang seperti yang diungkapkan oleh Lauster sebagai berikut:

- a) Keyakinan akan kemampuan diri adalah sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.
- b) Optimis yaitu sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuannya.
- c) Mampu menyesuaikan diri, yaitu seseorang yang ia mampu memanfaatkan potensi yang ada pada dirinya di lingkungan sosialnya.
- d) Mandiri yaitu orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
- e) Tidak mudah menyerah adalah kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.

²⁹ Ghufroon, Nur, dan Risnawita, Rini, *ibid*, h. 35

- f) Memiliki dan memanfaatkan kelebihan yaitu analisa terhadap suatu masalah, suatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.
- g) Memiliki mental dan fisik yang menunjang.³⁰

Ditinjau penjabaran tersebut dapat disimpulkan bahwa aspek kepercayaan diri yang positif adalah memiliki rasa toleransi yang tinggi, tidak mudah terpengaruh lingkungan, keyakinan akan kemampuan diri, optimis, serta mandiri dalam setiap keputusan yang diambil.

5. Jenis-jenis Kepercayaan Diri

Mungin Eddy Wibowo menyebutkan ada tiga jenis kepercayaan diri yang perlu dikembangkan agar seseorang benar-benar layak menjadi orang yang berkepribadian mantap dan mandiri yaitu :

- a) Percaya diri dalam tingkah laku.
- b) Percaya diri yang berkenaan dengan emosi.
- c) Percaya diri yang bersifat spiritual.³¹

Sedangkan Lindenfiel, menjelaskan “bahwa sesungguhnya ada dua jenis percaya diri yang cukup berbeda yaitu lahir dan batin”.³² Berikut uraian mengenai percaya diri batin dan percaya diri lahir :

a. Percaya diri batin

Percaya diri batin merupakan percaya diri yang memberikan kepada individu perasaan dan anggapan bahwa individu dalam keadaan

³⁰ *Ibid*, h.34-35

³¹ Mungin Eddy Wibowo, *Konseling Kelompok Perkembangan*, (Semarang: UPT UNNES Press 2002), h.58-59.

³² Lindenfield dalam Kamil, *Mendidik Anak Agar Percaya Diri*, (Jakarta: Arcan, 2007), edisi revisi keempat, h.11

baik. Individu yang memiliki percaya diri batin yang sehat mempunyai ciri-ciri sebagai berikut :

- 1) Cinta Diri
- 2) Pemahaman Diri
- 3) Tujuan yang Positif
- 4) Pemikiran yang positif

b. Percaya diri lahir

Jenis percaya diri lahir memungkinkan individu untuk tampilan berperilakudengan cara menunjukkan kepada dunia luar bahwa kita yakin akan diri kita. Lebih lanjut Lindenfield mengemukakan empat ciri utama seseorang yang memiliki percaya diri batin yang sehat, ke empat ciri itu adalah :

- 1) Komunikasi
- 2) Ketegasan .
- 3) Penampilan diri
- 4) Pengendalian perasaan

6. Manfaat Percaya Diri dan Dampak Negatif Kurang Percaya Diri

Idealnya setiap anak memiliki keberanian mengekspresikan dirinya, tanpa rasa takut. Berani berbuat, berkata dan berani pula mempertanggungjawabkan perilakunya tersebut. Namun, ternyata tidak mudah bagi orang tua untuk menstimulasi keberanian anak. Memang ada anak-anak yang secara alami memiliki keberanian, tetapi banyak juga anakanak yang mudah cemas, penakut, pemalu dan kurang percaya diri.

Orang tua sebagai pengasuh utama perlu mengajarkan anak untuk berani dan percaya diri sejak dini karena kedua kemampuan tersebut adalah keterampilan hidup yang harus dimiliki anak. Ternyata banyak sekali keuntungan yang didapatkan anak dari sikap berani dan percaya diri, yaitu :

- a. Anak pemberani, kelak akan lebih mudah bergaul di masyarakat. Ia pun tanggap dalam penyelesaian masalah, dan optimis.
- b. Anak akan lebih kritis dan kreatif karena tidak tergantung terus pada sosok orang dewasa atau orang tuanya.
- c. Anak yang percaya diri memiliki kesempatan lebih besar untuk menjadi pemimpin. Ia mampu untuk memimpin dirinya sendiri dan juga kelompoknya dengan cara yang efektif.
- d. Anak mampu mengantisipasi masalah yang akan datang.

Adapun dampak negatif kurang memiliki rasa percaya diri pada diri peserta didik adalah sebagai berikut :

- a. Mengalami Kegagalan, seseorang yang tidak memiliki rasa percaya diri biasanya akan mudah mengalami kegagalan, karena tidak yakin akan kemampuan atau keahlian yang dimiliki dirinya dalam melakukan suatu tindakan maupun mengambil suatu keputusan dalam memecahkan suatu masalah yang sedang dihadapinya.
- b. Selalu Mengeluh , seseorang yang tidak memiliki rasa percaya diri akan selalu mengeluh dan merasa tidak nyaman setiap kali diminta untuk melakukan suatu pekerjaan, sikap seperti ini terjadi karena menganggap

bahwa dirinya itu tidak mampu, dan merasa terbebani bila mengerjakan tugas atau pekerjaan yang dilakukannya.

- c. Mudah Putus Asa, apabila anda termasuk orang yang mudah putus asa, berarti anda memang tidak memiliki kekuatan untuk percaya diri dari dalam diri anda.
- d. Selalu merasa gelisah, gelisah dan tidak percaya diri memang sudah menyatu untuk mengganggu tujuan hidup. Orang yang tidak punya rasa percaya diri akan mudah gelisah dan pada akhirnya akan mengalami kegagalan.
- e. Menyesal dikemudian hari, saat anda merasa tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan tugas dan pekerjaan yang anda dapatkan, dan anda hanya merasa gelisah dan putus asa tanpa berusaha sesuai kemampuan anda, maka pastinya anda akan merasa menyesal saat tugas dan pekerjaan itu sudah tidak anda tangani lagi. Itu semua terjadi karena Anda merasa kurang percaya diri terhadap kemampuan yang anda miliki.³³

D. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Penelitian yang dilakukan oleh Winarsih, menyatakan bahwa, layanan bimbingan pribadi-sosial efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal pada peserta didik hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat peningkatan terhadap komunikasi interpersonal peserta didik disekolah sebelum diberi layanan konseling kelompok dan sesudah

³³ Wijaya Kusuma Ali, *Teknik dalam Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta: Al Isan Press, 2008), h.165

diberikan layanan. Hal ini ditunjukkan dari pengujian hipotesis dengan menggunakan uji t (t-test), dari hasil pre-test dan post-test yang diperoleh dalam kelompok eksperimen $t_{hitung} = 50.250 > t_{tabel} 0.05 = 2.262$, $df = n-1$ $10-1=9$ dengan $p\text{ value} < t_{tabel}$ ($0.000 < 0.005$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang bermakna layanan bimbingan pribadi sosial dapat meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Megita Destriana, Efektifitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri peserta didik kelas VIII di Mts N 2 Bandar Lampung, dalam hasil penelitian ini menemukan bahwa penerapan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VIII D dari hasil hipotesis maka dapat disimpulkan bahwa penerapan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok efektif digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VIII D MtsN 2 Bandar Lampung.

Peneliti sebelumnya telah dilakukan oleh peneliti yang bernama Zulfajri Hidayah “meningkatkan kepercayaan diri dalam pembelajaran dengan menggunakan pendekatan *rational emotive therapy*”, hasil dari penelitian ini adalah analisis statistik menunjukkan bahwa $z_{hitung} = -2,207$ $z_{tabel} = 0$ maka H_0 ditolak dan H_0 diterima, artinya terdapat perbedaan yang signifikan pada kepercayaan diri peserta didik, sebelum di beri perlakuan dan setelah diberi perlakuan dan setelah diberi perlakuan dengan pendekatan *rational emotive therapy*. Kesimpulan penelitian bahwa kepercayaan diri

peserta didik dapat di tingkatkan dengan menggunakan *rational emotive therapy*.

Penelitian yang dilakukan Shinta Mayasari mahasiswi FKIP Universitas Lampung “peningkatan percaya diri dalam belajar menggunakan konseling *Rational Emotive Therapy (RET)*”, hasil dari penelitian ini adalah penelitian pada peserta didik kelas X SMA negeri 15 Bandar Lampung tahun ajaran 2016/2017, maka dapat di ambil kesimpulan bahwa terdapat peningkatan pada percaya diri dalam belajar peserta didik kelas X SMA Negeri Bandar Lampung setelah dilakukan konseling REBT.

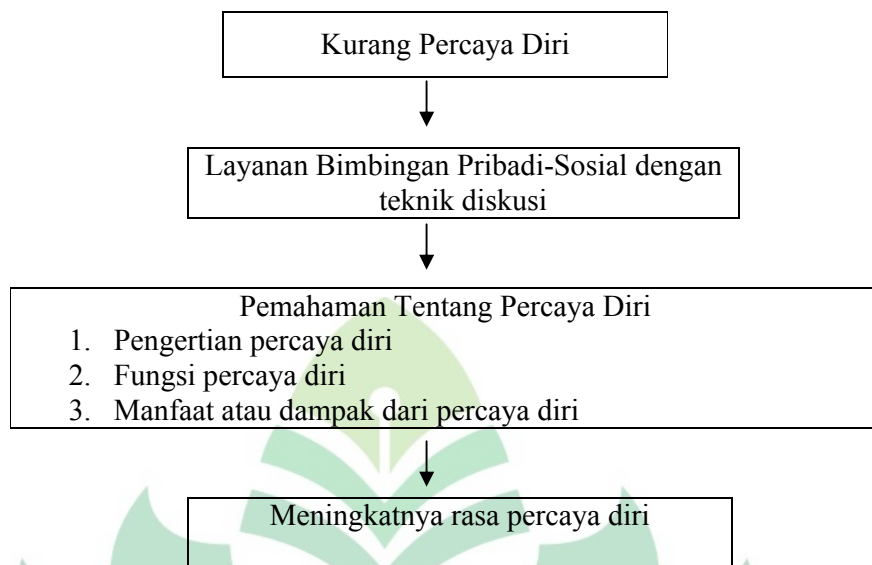
E. Kerangka Berfikir

Kerangka berfikir merupakan sintesis tentang hubungan antara dua variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah di deskripsikan. Menurut Sugiyono, kerangka pemikiran merupakan sintesa tentang hubungan antara variabel yang disusun dari berbagai teori yang dideskripsikan.³⁴ Kerangka penelitian ini diharapkan dapat membantu peserta didik untuk dapat bersosialisasi dengan lingkungan dan dapat mengembangkan potensi yang ada pada dirinya dengan memahami pentingnya kepercayaan diri.

Apabila peserta didik sudah diberikan layanan bimbingan pribadi-sosial dalam meningkatkan percaya diri diharapkan peserta didik dapat memahami dan menerima berbagai informasi mengenai pengertian, fungsi,

³⁴ Sugiyono, “*Metode Penelitian Management Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, Penelitian Tindakan, Penelitian Evalasi*” (Bandung: Alfabeta, 2012), h.129

dan, manfaat memiliki rasa percaya diri yang baik. Berikut ini adalah kerangka berfikir dalam penelitian.



Gambar 1
Kerangka berfikir

F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap rumusan masalah penelitian.³⁵ Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif bertujuan untuk memahami apakah layanan bimbingan pribadi-sosial berpengaruh terhadap peningkatan percaya diri peserta didik kelas IX B MTs Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan. Penulis mengajukan hipotesis statistik penelitian sebagai berikut:

³⁵ Sugiyono, *Ibid*, h. 134

- Ho : Pengaruh Layanan bimbingan pribadi-sosial dengan teknik diskusi tidak berpengaruh terhadap peningkatan Percaya Diri pada peserta didik kelas IX B MTs Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan.
- Ha : Pengaruh Layanan Bimbingan Pribadi-Sosial dengan teknik diskusi berpengaruh terhadap peningkatan percaya diri peserta didik kelas IX B MTs Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan.

Hipotesis Statistik:

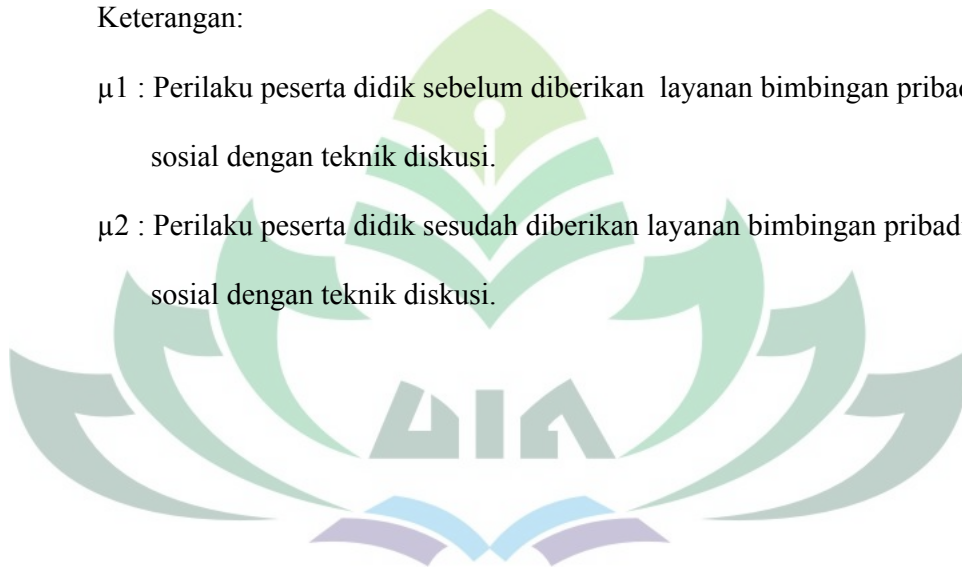
Ho : $\mu_1 \neq \mu_2$

Ha : $\mu_1 = \mu_2$

Keterangan:

μ_1 : Perilaku peserta didik sebelum diberikan layanan bimbingan pribadi sosial dengan teknik diskusi.

μ_2 : Perilaku peserta didik sesudah diberikan layanan bimbingan pribadi sosial dengan teknik diskusi.



DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Juntika, 2014, *Bimbingan dan Konseling*, Bandung : Refrika Aditama
- Anwar Sutoyo, 2014, *Pemahaman Individu*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Centi, P. J. 1995, *Mengapa Rendah Diri*. Yogyakarta: Kanisius
- Dani Tohir, “ *Program Bimbingan Pribadi Sosial untuk Peningkatan Kepercayaan diri Siswa*”, (skripsi : Universitas Pendidikan Indonesia)
- Edris Zamroni, Susilo Rahardjo, *Manajemen Bimbingan Dan Konseling Berbasis Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014*, Vol. 1 No. 1 Tahun 2015
- Enung fatimah, 2011, *psikologi perkembangan*, Bandung: CV Puskata setia
- Ghufron M .Nur Rini Risnawita S, 2012, *Teori-teori Psikologi*,Jogjakarta: Ar-Ruzz Media
- Heru Mugiarto, 2008, *Bimbingan dan Konseling*. Semarang: UPT UNNES Press
- Inge Pudjiastuti Adywibowo. 2010. *Memperkuat Kepercayaan diri Anak melalui Percakapan*. Referensial. Jurnal pendidikan Penabur –no.15/Tahun ke-9/Desember 2010. Jakarta
- Kartono,Kartini, 2000, *Psikologi Anak*. Jakarta
- Lailatul Mufrida dan Mochamad Nursalim, “*Penggunaan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Untuk meningkatkan Minat belajar siswa*”.
- Lestari, Rini Larassati, Laily Puji Astuti, “*Peningkatan Percaya Diri Siswa Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Pendekatan Person Centered*”, (jurnal Universitas Negeri Yogyakarta 2017)
- Lindenfield dalam Kamil, 2007, edisi revisi keempat *Mendidik Anak Agar Percaya Diri*, Jakarta: Arcan
- M . Iqbal Hasan, 2012 , *Metodelogi Penelitian dan Aplikasinya* Bogor; Ghalia Indonesia

- Mera Rizkina, *Upaya Meningkatkan Keaktifan Peserta Didik Dalam Diskusi Kelompok Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Peserta Didik Kelas VIII E SMPN 19 Semarang*, (Semarang, UNS, 2013)
- Miftakhus , Syahudurrachman, *Peningkatan Keaktifan Siswa Terhadap Kegiatan Kepramukaan Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Kelompok Pada Siswa VII F SMP Negeri 1 Demak Tahun 2012/2013*. (Semarang . universitas Negeri semarang)
- Mungin Eddy Wibowo, 2002, *Konseling Kelompok Perkembangan*, Semarang: UPT UNNES Press
- Prayitno dan Erman Amti, 2013, *Dasar-dasar Bimbingan Dan konseling*, Jakarta: Rineka Cipta
- Prof. Dr. Abdul Aziz El Qussy, 1997 *Pokok-pokok kesehatan jiwa/mental*. Jakarta : Bulan bintang
- R. Taylor, 2009, *Kiat Membangun Percaya Diri*. Yogyakarta : Diva Press
- Rifda El Fiah, 2014, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, yogyakarta: IDEA Press
- Sugiyono, 2012 *“Metode Penelitian Management Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, Penelitian Tindakan, Penelitian Evaluasi”* Bandung: Alfabeta
- Sugiyono, 2017, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Alfabet
- Suharni, Beny Dwi Pratama, *“Pemberian Layanan Bimbingan Pribadi sosial dalam menumbuhkan perilaku Prosocial anak Usia dini”* (jurnal : program Bimbingan dan Konseling .IKIP PGRI Madiun)
- Sulistiyarini, mohammad jauhara, 2014, *Dasar-dasar Konseling*, Jakarta: Prestasi pustakaraya
- Suryo subroto, *Proses Belajar Mengajar Diskolah*, rineka cipta, Jakarta
- Wijaya Kusuma Ali, 2008, *Teknik dalam Bimbingan dan Konseling*, Yogyakarta: Al Isan Press
- Winarsih, *“Layanan Bimbingan Pribadi-Sosial Dalam Meningkatkan Komunikasi Interpersonal pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 2 Padang Cermin 2016/2017”* (Skripsi stara 1 Institut Agama Islam Negeri Lampung, 2017)